

افسردگی و اختلالات اضطرابی

(راهکارهای درمانی ویژه درمانگران)

تألیف و گردآوری

فاطمه احمدی

محمدجواد ابولقندی

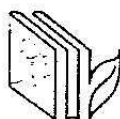
نگین صابری فرد

سمانه فلاطون زاده

سیده شقایق لواف زاده

ویراستار علمی و تخصصی

مهران محبیان فر



عنوان و نام پدیدآور	:	افسردگی و اختلالات اضطرابی (راهکارهای درمانی ویژه درمانگران) // تالیف و گردآوری فاطمه احمدی... [و دیگران] ؛ ویراستار علمی و تخصصی مهران محبیان فر.
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات صالحیان، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	:	۱۷۴ ص.
شابک	:	۸-۸۸۹-۲۱۴-۶۲۲-۹۷۸: ۵۷۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
یادداشت	:	تالیف و گردآوری فاطمه احمدی، محمدجواد ابولقندی، نگین صابری فرد، سمانه فلاطون زاده، سیده شقایق لوافزاده.
یادداشت	:	واژه نامه.
یادداشت	:	کتابنامه: ص. [۱۶۱] - ۱۷۲.
موضوع	:	اضطراب -- اختلالات -- تشخیص Anxiety disorders -- Diagnosis افسردگی -- تشخیص Depression, Mental -- Diagnosis افسردگی -- سبب شناسی Depression, Mental -- Etiology اضطراب -- اختلالات -- درمان Anxiety disorders -- Treatment افسردگی -- درمان Depression, Mental -- Treatment
شناسه افزوده	:	احمدی، فاطمه، ۱۳۷۶ -
شناسه افزوده	:	محبیان فر، مهران، ۱۳۷۴ -، ویراستار
رده بندی کنگره	:	BF۵۷۵
رده بندی دیویی	:	۱۵۲/۴۶
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۷۳۴۳۴۶
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیا

آدرس انتشارات: تهران - میدان انقلاب - ابتدای کارگر جنوبی - کوچه شهدای زاندارمری - پلاک ۱۲۷

تلفن: ۰۹۱۹۰۸۱۰۱۴۲-۶۶۹۷۹۳۰۰

سایت انتشارات: pubsalehiyan.com



عنوان کتاب: افسردگی و اختلالات اضطرابی (راهکارهای درمانی ویژه درمانگران)

نویسندگان: فاطمه احمدی، محمدجواد ابولقندی، نگین صابری فرد، سمانه فلاطون زاده، سیده شقایق لواف زاده

صفحه آرا: هاجر اسفندیاری

ناشر: صالحیان

طراح جلد: صالحیان

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

قیمت: ۵۷۰۰۰ تومان

ISBN: 978-622-214-889-8

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۴-۸۸۹-۸

مقدمه مولفین

کتاب حاضر، افسردگی و اختلالات اضطرابی یکی از کتاب هایی است که تقریباً می توان گفت تمام جنبه های مربوط به اختلالات اضطرابی و افسردگی را در دو بخش تحت پوشش قرار داده است. می دانیم که اضطراب یکی از شایع ترین اختلالات روانی است که در هر جامعه ای ممکن است افراد به آن دچار شوند. این احساس مبهم و ناخوشایند تأثیر بسزایی بر تمامی جنبه های زندگی فرد می گذارد و همچنین می تواند تعداد نامحدودی از اختلالات از جمله افسردگی را به همراه داشته باشد.

در هر بخش از کتاب به توصیف، نشانه های تشخیصی، سبب شناسی، مصاحبه تشخیصی و ارائه یک نمونه بالینی در آن حوزه پرداخته شده است. در بخش اول کتاب اختلالات افسردگی و در بخش دوم اختلالات اضطرابی قرار گرفته اند. با خواندن این کتاب می توان به اضطراب و افسردگی هایی مداومی که در خود احساس می کنیم، پی ببریم و با ارائه راهکارهایی که در این کتاب قرار گرفته، می توان به بازسازی خود رسید.

اضطراب؛

اگر درمان نشود می تواند آسیب های روانی شدیدی در بلند مدت ایجاد نماید

افسردگی؛

یک اختلال روانی است که نیاز به درمان دارد.

فهرست مطالب

۷	مقدمه مولفین
۱۵	فصل اول / اختلال افسردگی مداوم یا افسرده خویی
۱۵	توصیف اختلال افسرده خویی
۱۷	نشانه‌های تشخیصی افسرده خویی بر اساس DSM-5
۱۷	نکات موردنظر
۱۷	بررسی نقش وراثت و محیط بر اختلال افسرده خویی
۱۸	شکل‌گیری و روند
۱۸	ویژگی‌های همراه با این اختلال
۲۰	اختلالات همراه اختلال افسردگی مداوم یا افسرده خویی
۲۰	پیامدهای کارکردی
۲۰	درمان اختلال افسردگی مداوم یا افسرده خویی
۲۰	نقش افسردگی در ابتلا به اعتیاد
۲۱	تشخیص اختلال افسردگی
۲۱	مصاحبه تشخیصی اختلال افسرده خویی برای درمانگران
۲۱	افسردگی در زنان
۲۱	تست افسردگی بک
۲۲	درمان اختلال افسردگی
۲۲	روان‌درمانی افسردگی
۲۲	دارودرمانی افسردگی
۲۲	مدیر افسرده خو
۲۴	اختلالات همراه اختلال افسردگی مداوم یا افسرده خویی
۲۴	نتیجه‌گیری

فصل دوم / اختلال بی‌نظمی اخلاکگر ۲۵

توصیف اختلال بی‌نظمی خلق اخلاکگر ۲۵

شروع این اختلال باید قبل از ۱۰ سالگی باشد ۲۶

نشانه‌های تشخیص اختلال خلق اخلاکگر ۲۶

ملاک‌های DSM-5 برای اختلال بی‌نظمی خلق اخلاکگر ۲۷

سبب‌شناسی اختلال بی‌نظمی خلق اخلاکگر بر اساس رویکرد نظری ۲۸

بررسی نقش وراثت و محیط بر اختلال بی‌نظمی خلق اخلاکگر ۲۹

فصل سوم / اختلال ملال پیش از قاعدگی ۳۱

توصیف اختلال ملال پیش از قاعدگی ۳۱

نشانه‌های تشخیص اختلال ملال پیش از قاعدگی ۳۲

سبب‌شناسی اختلال ملال پیش از قاعدگی بر اساس رویکرد نظری ۳۳

بررسی نقش وراثت و محیط بر اختلال ملال پیش از قاعدگی ۳۴

علائم سندرم پیش از قاعدگی ۳۶

نکاتی در مورد کنترل و بهبود اختلال ملال پیش از قاعدگی ۳۷

فصل چهارم / تکنیک‌های درمانی اختلالات افسردگی ۳۹

دارودرمانی برای افسردگی ۳۹

داروهای ضدافسردگی ۳۹

داروهای ضدافسردگی چگونه تأثیر می‌کنند؟ ۴۰

داروهای ضد افسردگی در چه مواردی تجویز می‌شوند؟ ۴۰

داروهای ضد افسردگی تا چه حد مؤثر هستند؟ ۴۰

چه روش‌های درمانی دیگر برای افسردگی وجود دارند؟ ۴۱

روان‌درمانی ۴۱

جرات‌مندی ۴۲

فعال‌سازی رفتاری ۴۵

مفهوم ارتباط موفق و مؤثر چیست؟ ۴۷

تقویت‌کننده‌های ارتباطی ۴۷

توجه آگاهی	۴۸
۱. ذهن آگاهی پاسخ آرامش را تحریک می کند و باعث می شود که بدن خودش را بازیابی کند	۴۸
۲. ذهن آگاهی باعث کاهش نگرانی از داشتن بیماری می شود	۴۹
۳. ذهن آگاهی رن های خطرناک را کم می کند	۴۹
۴. ذهن آگاهی زندگی را معنادار می کند	۴۹
حل مسئله	۴۹
تکنیک حل مسئله	۵۰
آرام سازی	۵۱
آموزش مهارت های اجتماعی	۵۲
تکنیک های شناختی مؤثر بر افسردگی	۵۲
۱- تکنیک فعال سازی رفتاری	۵۵
۲- تکنیک های بازسازی شناختی	۵۷
۳- تکنیک توجه برگردانی	۵۷
فصل پنجم / اختلال اضطراب جدایی	۵۹
اختلال اضطراب جدایی	۵۹
نشانه های تشخیصی بر اساس DSM-5 در DSM-5	۶۱
تعریف اختلال اضطراب جدایی	۶۱
ویژگی های مرتبط که "تشخیص" را تایید می کنند	۶۲
شکل گیری و روند	۶۳
عوامل خطر و پیش آگهی	۶۴
موضوعات تشخیصی مرتبط با فرهنگ	۶۵
موضوعات تشخیصی مرتبط با جنسیت	۶۵
خطر خودکشی	۶۵
پیامدهای کارکردی اختلال اضطراب جدایی	۶۵
تشخیص افتراقی	۶۶
همزمانی اختلالات	۶۸
سبب شناسی اختلال اضطراب جدایی	۶۸

۷۲.....	نقش وراثت و محیط بر بروز اختلال اضطراب جدایی.....
۷۲.....	بعضی دیگر از ساختارهای خانواده که در این زمینه مؤثر شناخته شده‌اند.....
۷۳.....	درمان اختلال اضطراب جدایی.....
۷۴.....	کمک به رفع اضطراب کودک.....
۷۴.....	آماده کردن کودک برای جدایی.....
۷۵.....	مدرسه هراسی یا ترس از مدرسه.....
۷۶.....	نمونه بالینی اختلال اضطراب جدایی.....
۸۱.....	نتیجه گیری.....
۸۳.....	فصل ششم / اختلال لالی انتخابی.....
۸۳.....	توصیف اختلال لالی انتخابی.....
۸۵.....	سن شروع علائم.....
۸۵.....	سبب شناسی.....
۸۷.....	ملاک‌های تشخیصی اختلال لالی انتخابی در DSM-5.....
۸۷.....	ویژگی‌های تشخیصی.....
۸۸.....	ویژگی‌های مرتبط که تشخیص را تأیید می‌کنند.....
۸۸.....	شیوع.....
۸۹.....	شکل گیری و روند.....
۸۹.....	عوامل خطر و پیش آگهی.....
۹۰.....	پیامدهای کارکردی لالی انتخابی.....
۹۰.....	تشخیصی افتراقی.....
۹۱.....	همزمانی اختلالات.....
۹۱.....	تشخیص.....
۹۲.....	تشخیص افتراقی.....
۹۳.....	درمان.....
۹۴.....	ویژگی‌های مهم الگوهای ارتباطی خانواده که باید به آن‌ها توجه شود.....
۹۵.....	گزارش یک مورد.....

۱۰۳	فصل هفتم / فوبی خاص
۱۰۳	توصیف فوبی خاص
	آنتونی، کراسکه و بارلو (۲۰۰۶) در یک طبقه‌بندی انواع هراس‌ها را چنین دسته‌بندی کرده‌اند
۱۰۴	
۱۰۵	مشخصه‌های اصلی اختلال فوبی خاص
۱۰۶	نشانه‌های اختلال اضطراب فوبی خاص در DSM-5
۱۰۷	شاخص‌ها
۱۰۷	ویژگی‌های تشخیصی
۱۰۹	ویژگی‌های مرتبط که تشخیص را تأیید می‌کنند
۱۰۹	شیوع
۱۱۰	شکل‌گیری و روند
۱۱۱	عوامل خطر و پیش‌آگهی
۱۱۲	موضوعات تشخیصی مرتبط با فرهنگ
۱۱۲	خطر خودکشی
۱۱۲	پیامدهای کارکردی فوبی خاص
۱۱۳	تشخیص افتراقی
۱۱۵	همزمانی اختلالات
۱۱۵	سبب‌شناسی اختلال فوبی خاص
۱۱۶	سبب‌شناسی
۱۱۶	علل فوبی را می‌توان با توجه به دیدگاه‌های گوناگون مورد بررسی قرار داد
۱۱۶	دیدگاه زیست‌شناختی
۱۱۷	دیدگاه روان‌پویایی
۱۱۸	دیدگاه رفتارگرایی
۱۱۹	درمان اختلال فوبی خاص
۱۱۹	دیدگاه زیست‌شناسی
۱۱۹	دیدگاه روانی‌پویایی: (روان‌درمانی بینش‌گرا)
۱۲۰	دیدگاه رفتارگرایی